"Согласовано"
директор филиала МАОУ "Велижанская СОШ-
"СОШ п. Чугунаево" _____/Ильиных Л.П./

"Утверждаю" директор ООО
ТавдаПродукт_____/Г.В.Яковлева/

03.05.2023г.

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК/3590-20/93-94 от 01.02.2021г.

3 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4 кл.						
Овощи натуральные(помидоры)	**60**	**17,08**	0,7	0,1	2,7	14
Плов из мяса	**200**	**76,05**	12,5	13,7	36,5	319
Какао с молоком	**200**	**15,17**	3,4	3,2	21,2	127
Хлеб пшеничный, ржаной	40	**3,03**	1,0	0,3	8,1	39
Фрукт(банан)	100	**39,48**	0,6	0,5	19,9	87
ИТОГО		**150,81**	18,2	17,8	88,4	586
Завтрак 5-11 кл						
Овощи натуральные(помидоры)	**100**	**33,04**	1,1	0,1	3,8	21
Плов из мяса	**250**	**81,61**	15,4	15,9	48,7	400
Какао с молоком	**200**	**15,72**	3,4	3,2	21,2	127
Хлеб пшеничный	20	**3,03**	1,0	0,3	8,1	39
Фрукт(банан)	100	**39,48**	0,6	0,5	19,9	87
Итого		**172,88**	21,5	20,0	101,7	673
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ						
Бутерброд с сыром	20/15	**13,3**				
Чай с сахаром	200	**2,6**				
Итого		**15,9**				
Дополнительное питание						
Суп картофельный с рыбой	**250/30**	**20,55**				
повар _____						

наименование блюда	выход	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК			21,5	20,0	101,7	673
Овощи натуральные(помидоры)	**100**	**33,04**	1,1	0,1	3,8	21
Плов из мяса	**250**	**81,61**	15,4	15,9	48,7	400
Какао с молоком	**200**	**15,72**	3,4	3,2	21,2	127
Хлеб пшеничный	20	**3,03**	1,0	0,3	8,1	39
Фрукт(банан)	100	**39,48**	0,6	0,5	19,9	87
Обед			26,8	31,5	124,1	887
Салат овощной	**100**	**11,19**	2,3	5	9,1	91
Суп картофельный с рыбой	**250/30**	**28,03**	5,7	6,3	19,1	156
Биточки из говядины	**100**	**47,93**	10,1	14,2	17	236
Капуста тушенная	**180**	**17,04**	3,7	4,7	14,9	117
Хлеб пшеничный	60	**4,37**	3	1	24	117
Хлеб ржаной	40	**3,14**	2	0	18	81
Напиток из плодов шиповника	**200**	**10,37**	0,2	0,0	22,2	90
ИТОГО:		**294,95**	48	51	226	1560